

Prise de recul et sens au travail : explorer ses ressentis, intentions et motivations pour renforcer la cohésion d'équipe

Permettre à vos équipes d'analyser les expériences professionnelles, gérer les défis et ceux des collègues, et mobiliser les forces et motivations pour collaborer efficacement.

Durée 1 journée (7 heures)	Tarif 1 800€ HT	Effectif 6 à 18 personnes
--------------------------------------	---------------------------	-------------------------------------

Objectifs pédagogiques

- Analyser sa pratique et ajuster sa posture pour améliorer l'efficacité dans son travail quotidien.
- Communiquer ses ressentis professionnels en groupe de manière structurée et constructive.
- Mettre en œuvre une communication interpersonnelle efficace en pratiquant l'écoute active et le questionnement adapté.
- Identifier et analyser les rôles, missions et contraintes des différents métiers pour adapter sa coopération au sein de l'équipe.
- Identifier ses moteurs de motivation et ceux des collègues afin d'adapter son engagement et ses interactions.
- Mettre en pratique des actions favorisant la cohésion et la qualité des relations au sein de l'équipe.
- Relier ses tâches quotidiennes aux finalités du projet collectif et expliciter sa contribution pour donner du sens à son travail.

Public

- Professionnels du social et médico-social
- Formation destinée à tous les membres d'une même équipe pluridisciplinaire
- Acteurs de l'accompagnement et du soin souhaitant améliorer coopération et communication

Pré-requis

- Aucun pré-requis nécessaire
- Avoir une expérience minimale dans la structure

Supports pédagogiques

- Post-it et paperboards
- Fiches interview / questionnaire
- Ligne physique au sol
- Slides / vidéoprojecteur
- Carnets / fiches individuelles

Méthodes pédagogiques

- Ateliers participatifs pour favoriser l'implication active
- Mises en situation pour expérimenter concrètement
- Intelligence collective pour co-construire et enrichir
- Travaux en groupe ou binôme pour coopérer et partager
- Débriefs structurés pour analyser et ancrer les acquis



Programme de la formation

1 – Prendre du recul sur sa pratique et favoriser l'expression

- Identifier et verbaliser son état professionnel et émotionnel
- Exprimer ses ressentis et besoins de manière constructive
- Écouter activement les autres et instaurer un cadre de confiance

2 – Comprendre les rôles et renforcer la coopération inter-métiers

- Analyser les missions et contraintes des différents métiers
- Déconstruire les représentations entre fonctions et adapter sa communication
- Développer la coopération et l'entraide au sein de l'équipe

3 – Clarifier son rapport au travail et ses intentions

- Explorer ses motivations et formuler ses intentions professionnelles
- Comprendre les attentes et perceptions des collègues
- Adopter une posture réflexive et constructive dans le travail en équipe

4 – Identifier les moteurs de motivation individuels et collectifs

- Identifier ses sources d'engagement et analyser celles des autres
- Mettre en évidence les leviers de motivation communs
- Valoriser les complémentarités et renforcer la dynamique collective

5 – Construire une vision partagée du sens du travail

- Définir collectivement la finalité et le projet de la structure
- Relier ses missions quotidiennes aux objectifs collectifs
- Co-construire une vision commune et renforcer l'appartenance

Moyens d'évaluations

- Observation en situation
- Restitution collective
- Fiches ou post-it individuels
- Évaluation par les pairs
- Auto-évaluation guidée

Éléments de traçabilité des acquis

- Post-it ou fiches individuelles complétées (ressentis, réussites, frustrations, besoins)
- Cartographie collective des métiers et contraintes / missions des équipes
- Synthèses ou comptes-rendus sur le projet collectif et le sens au travail
- Observations et notes prises par le formateur lors des interviews et mises en situation

La formation peut bénéficier de financement OPCO, et autres financeurs publics via une structure couveuse certifiée Qualiopi (nous contacter pour plus d'informations).